

BEBA AGUA SEGURA

- Escuche los anuncios de los oficiales locales para saber qué hacer. Estos anuncios le dirán si hay gérmenes y / o productos químicos en el agua.
- Hierva el agua si se le indica. Hervir durante al menos 1 minuto (comience a contar cuando el agua empiece a hervir constantemente). Deje que el agua se enfríe lo suficiente antes de beber. Al hervir el agua usted mata los gérmenes en el agua.
- Use agua embotellada si se le indica. A veces, después de un desastre, puede haber sustancias químicas en el agua que no se pueden eliminar con tan solo hervirla.
- Amamante (dar pecho) o use fórmula ya preparada.
- Si debe usar agua para hacer fórmula, use solo agua embotellada comercialmente hasta que los funcionarios digan que su agua de la llave es segura para beber.
- Nunca beba el agua a menos que sepa que es segura para beber.
- Nunca lave o limpie platos, utensilios, juguetes u otros objetos en el agua a menos que sepa que es segura para beber.
- Nunca cocine con el agua a menos que sepa que es segura para beber.



AGUA DE POZO

¡No beba el agua de su pozo sin hacerle un análisis! Las inundaciones pueden llevar agua contaminada a su pozo, aunque su pozo no haya estado sumergido por el agua de la inundación. También existe el peligro de una descarga eléctrica de los componentes de los pozos. No prenda el equipo hasta que haya sido revisado por un electricista calificado, contratista de pozos o contratista de bombas de pozo.

Visite azhealth.gov/wellwater para obtener información sobre cómo examinar y desinfectar su pozo.

PREPARACIÓN PARA INUNDACIONES

- Prepare un plan familiar con los números de teléfono de emergencia disponibles.
- Reúna un kit o set de provisiones para desastres con suficientes alimentos, agua y otros recursos no perecederos para al menos 72 horas.
- En su plan, identifique los contactos fuera de la zona de inundación con los que se pueda comunicar.

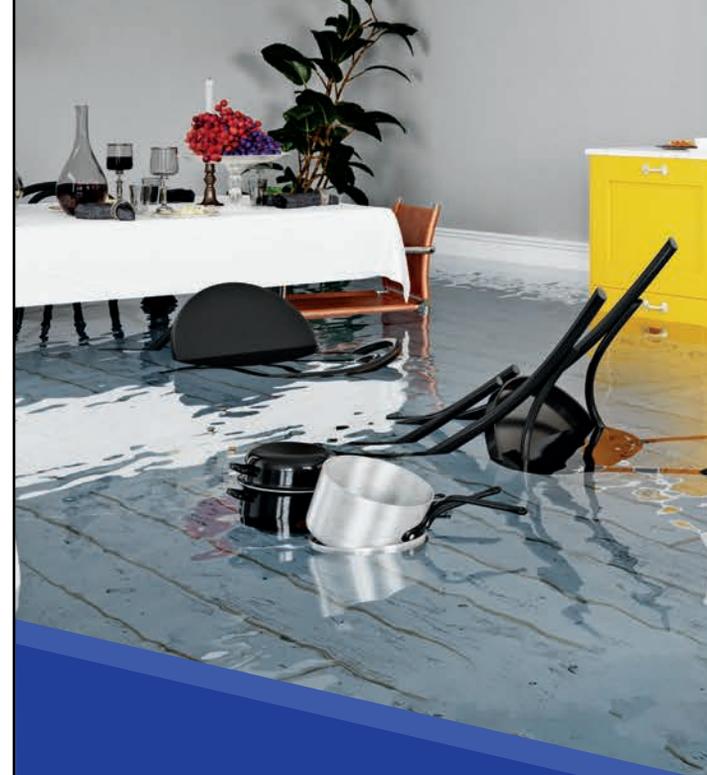


RECURSOS

- **USDA (Departamento de Agricultura de los Estados Unidos) - Servicio de Inspección y Seguridad Alimentaria**
 - www.fsis.usda.gov
- **CDC (Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades) - Recursos de seguridad alimentaria**
 - www.cdc.gov/foodsafety
- **FDA (Administración de Alimentos y Medicamentos) Seguridad alimentaria después de una inundación**
 - www.fda.gov/food/food-safety-during-emergencies/floods-key-tips-consumers-about-food-and-water-safety
- **ADHS (Departamento de Servicios de Salud de Arizona)**
 - www.azhealth.gov/foodsafety
 - www.azhealth.gov/flooding
 - www.azhealth.gov/preparedness/epidemiology-disease-control/foodborne/index.php

Para más información, visite: <http://ein.az.gov>

SEGURIDAD ALIMENTARIA DESPUÉS DE UNA INUNDACIÓN



Las inundaciones son eventos muy traumáticos. La mayoría de las personas tienen poca experiencia manejando los efectos de una inundación significativa. Este folleto incluye información que puede servirle en estos tiempos de crisis. Recuerde que no está solo cuando ocurre un desastre. Sus vecinos, su comunidad, los departamentos de bomberos locales, su condado y las agencias del Estado de Arizona están disponibles para brindarle ayuda y comodidad en la mejor de sus capacidades.

Para obtener recursos adicionales, visite: azhealth.gov/flooding

SEGURIDAD ALIMENTARIA DESPUÉS DE UNA INUNDACIÓN

ALIMENTOS SIN ENVOLTURA O ENVASE

- **No coma ningún** alimento que pueda haber estado en contacto con el agua de la inundación.
- **Deseche o tire a la basura cualquier alimento que no esté en un contenedor resistente al agua** si existe alguna posibilidad de que entró en contacto con el agua de la inundación.
- **Deseche toda la carne fresca o procesada** (excepto cuando esté en latas selladas herméticamente), queso, huevos, lácteos y productos avícolas.
- **Deseche todos los alimentos a granel secos, granos, frijoles, frutas secas, leche seca y productos de huevo frito.**

ALIMENTOS CONGELADOS

Deseche o tire a la basura todos los alimentos dentro de un refrigerador o congelador si se contaminaron con el agua de la inundación.

Si el interior del refrigerador o congelador no está contaminado por el agua de la inundación, entonces los alimentos se pueden utilizar y se pueden congelar de nuevo si:

- **Los productos permanecieron a 41°F**, o menos, todo el tiempo.
- **Si la comida sólo se descongela parcialmente y todavía tiene cristales de hielo.** Nota: la calidad de estos productos puede verse afectada si se congelan de nuevo.
- **Los alimentos están completamente descongelados**, incluidas las frutas, verduras, carnes, pavo, pollo, pescado, mariscos y alimentos cocidos, no se deben congelar de nuevo y se deben desechar.
- **Cualquier pescado envuelto sin aire que ya no esté congelado se debe desechar.**

**¡Si hay duda,
deséchelo!**

ALIMENTOS ENVUELTOS O SELLADOS EN PAPEL, CELOFÁN O PAPEL DE ALUMINIO

- **Deseche o tire a la basura cualquier alimento que no esté en un contenedor resistente al agua** si existe alguna posibilidad de que entro en contacto con el agua de la inundación, incluidos aquellos con tapadera de tornillo y tapon.
- **Los alimentos envueltos o sellados en papel, celofán o papel de aluminio** (por ejemplo, caramelos, cereales, galletas, pan, goma de mascar y nueces sin cáscara) que se conservan por encima del nivel de inundación frecuentemente se dañan por la condensación.
- **Examine todos los contenedores en busca de fugas, fracturas o otros signos de daño.** Deseche los alimentos dañados.
- **Deseche el jugo en envase de cartón, la leche y las cajas de leche para bebés** si han estado en contacto con el agua de inundación porque no se pueden limpiar y desinfectar con eficacia.
- **Deseche los alimentos que normalmente están finamente divididos** (por ejemplo, en polvo o granulados), pero que se encuentran aglomerados, apelmazados o en grumos después de una inundación.
- **Deseche los paquetes de alimentos que tienen manchas en la envoltura interna**, incluso si el paquete del exterior parece intacto.



ALIMENTOS ENLATADOS Y ENVASADOS EN VIDRIO

Deseche los alimentos enlatados en el hogar si han estado en contacto con el agua de la inundación.

Deseche cualquier alimento enlatado que tiene evidencia de óxido, fugas, expansión, costuras rotas o abolladuras.

Deseche los contenedores de vidrio con tapones porosos, de tornillo de papel, o fibra (por ejemplo, mayonesa, mostaza, pepinillos y alimentos para bebés) porque no se pueden limpiar y desinfectar con eficacia.

Se deben desechar los alimentos con envase de vidrio que tienen tapaderas de metal como corcholatas (por ejemplo, agua embotellada y refrescos).

Coloque alimentos enlatados y envasados en vidrio en grupos, por tipo de alimento, para ayudar con la identificación después de que las etiquetas se retiren para limpiar y desinfectar. Utilice estas latas tan pronto como sea posible, después de limpiar y desinfectar, ya que pueden oxidarse con el tiempo.

Todos los demás alimentos enlatados y envasados en vidrio se pueden lavar y enjuagar con agua potable y jabón. Después de la limpieza, sumerja los contenedores en una solución de desinfectante de cloro mezclando una (1) cucharada de blanqueador doméstico (debe ser sin aroma y tener un 5% de cloro disponible) con un (1) galón de agua potable.

Mantenga los contenedores sumergidos durante al menos quince (15) minutos. Deje que los contenedores se sequen antes de usarlos.

Nota: Utilizando un marcador permanente, marque los contenedores con el contenido y fecha de expiración después de que se limpien y desinfecten.

Para obtener recursos adicionales,
visite: [azhealth.gov/flooding](https://www.azhealth.gov/flooding)